data 23 · 12 · 22

S T Q Q S S D

AULA 01 - Acelere Sua Aprovação

01. - Destino: Aprovação
- Percurso: Caminho
- Veículo: Material
- Motorista: Você
- GPS: Professor
- Roteiro: Plano de Estudos
- Combustível: Motivação
- Acelerador: Método Fócus 2.0 (Deixa o tempo menor)
- Variáveis: Tempo / Distância

Distância Sempre a mesma

Sempre seguir o que foi dito!

Vontade de ~~estudador~~ estudar = Vontade de Passar.

02. Caminho da Aprovação
- Task: Tarefa do Dia
- Diário de Bordo: O que você aprendeu sobre a aula
- Ferramentas: • Folhas para resumo
  • Canetas
  • Fichas para Mapas Mentais (MM) Folhas A5
  • Fichario sanfonado (MM

AULA 1.1 - Combustível Aditivado (Motivação)
- Fatores emocionais; (Impacto nos estudos);
- Controle sobre as suas emoções;
- Estudo Eficiente
  • Dopamina (Motivação / Foco / Concentração)
  • Serotonina (Humor / Memória / Aprendizado / Alimentação)
  • Noradrenalina (Prazer / Bom humor)
- Pílulas diárias de motivação;
- Estudo não pode ser um fardo;

Imprimir Tabela Ative seus neutrotrasmissor

editorainove

data 23 · 12 · 22

S T Q Q S S D

AULA 02 - Aquecendo os Motores

- Saber onde se quer chegar; (Importante) ◦ Destino
- Saber como chegar lá; ◦ Trilha/Caminho

- Leitura do edital (Manual de Instruções)
- Principais disciplinas
- Dividir as disciplinas em assuntos
- Organizar material de estudo
- Organizar local de estudos
- Diário de Bordo
- Task
  - Quais matérias estudar?
    - (A) - Básicas (?) (Estudo constante)
    - (B) - Específicas (?)
  - Local de estudos

Conhecer o campo de batalha!

Task: Ler edital;
Separar disciplinas;
Anotar tópicos de cada disciplina;

AULA 08 - Alta Fixação GPS: Como Fazer Mapas Mentais
- GPS: Guia Prático de Soluções

MAPA MENTAL

Resumo = Caixa
Dentro

- Palavras
  Gatilhos → Acesso
  → Banco de Info. MEMÓRIA
- Pessoal
- Manuscrito
- Prático
- Objetivo
- Ferramenta
  - Fixação
  - Lembrança
  - Revisão

Extrair ~~Mais~~ Info Importantes

FICHA EXEMPLO MM

* Um mapa mental para cada tópico do edital!

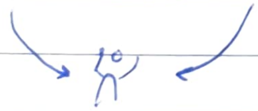
Exemplo:

Direito Penal: Crimes Contra Pessoa

Letras Grandes e Pequenas

LESÃO CORPORAL ← CRIME Material, Dano Instântaneo

Intencidade Saúde



Doloso
Culposo
Preterdoloso

SUJEITOS

→ Ativo = Qualquer pessoa
PASSIVO = Qualquer pessoa } CC
→ Exceto: Figuras do:
§ 1º Inc IV, §§ 5º Inc V
§ 9 CP

Siglas próprias

L
G
G
SM

data 26 · 12 · 22

~~S~~ T Q Q S S D

EXEMPLO RESUMO (ANOTAÇÕES)

Direito Penal: Crimes Contra Pessoa

Crime comum (REGRA) Instântâneo

MATERIAL e de Lesão Corporal DCP
DANO

→ Art. 129: Ofender a integridade corporal ou saúde de outrem (LCL)

• Lesão Corporal: todo e qualquer dano produzido por alguém (Vontade única de lesionar)

→ Bem jurídico tutelado: Integridade corporal e a saúde

• Sujeitos → Ativo: Qualquer pessoa (Crime comum)
→ Passivo: Qualquer pessoa (Crime comum)

§ 1º inc IV, § 5º, inc V
§ 9 (Art 129) → EXCETO: CRIME PROPRIO

→ Autolesão Imputável: em regra não constitui crime

→ LC
- Leve
- Grave
- Gravíssima
- ~~Seguida~~ Seguida de Morte ou HOM Preterdoloso

→ Majorada
→ Violência Doméstica (LCC)

data 26 · 12 · 22

S T Q Q S S D

AULA 8.1 Revisão imediata

✓ Terminou MM → Revisão imediata

REVISÕES

1. IMEDIATA: Durante a semana.
   Após o conteúdo estudado e mapeado.
2. SEMANAL: Sábados
3. GERAL: Domingos

REVISÃO SEMANAL / GERAL

Revisar Mapas Mentais

- Lembrou?
  - SIM (Revisar o próximo assunto.)
  - NÃO (Revisar o Resumo)
    - Lembrou?
      - SIM (Revisar próximo assunto)
      - NÃO (Revisar o PDF / Videoaula)

TASK: Escolha um assunto aleatório e crie um Mapa Mental.

data 26 · 12 · 22

EXEMPLO DE RESUMO + MM / Assunto desconhecido

TASK | Princípios da Administração Pública

- Entender princípios para entender a norma; (Est)
- Regime Jurídico da Adm Pública
  - (RJA) - R. J. Administrativo / Direito Público (Verticalidade)
  - R. Privado / Direito Privado (Horizontabilidade) (Est)
- • Prerrogativas; → • Igualdade Jurídica;
- • Restrições; (Sujeições) - CC / CDC;
- Doutrina: designar regimes de direito público e de direito privado a que pode submeter-se a administração pública.

RJAdm: ambrange o conjunto de traços, de conotações, que tipificam o direito administrativo.

Prerrogativas: oriundas do princípio da supremacia do interesse público.
Ex: Uso do poder de polícia / Cláusulas exorbitantes / Desapropriação

Sujeições: oriundas do princípio da Indisponibilidade do interesse público.
Ex: Concurso / licitação / Prestação de contas /

ReGime Jurídico - Adm	LEIS
Supremacia do Interesse Público	Indisponibilidade do Interesse Público
(+) PRERROGATIVAS	RESTRIÇÃO (−)

Aplicados ao setor público

(*) Poder não é para a pessoa é para o cargo.
→ Agente público não dispõem, ele apenas gere o bem público.

1º CF / 2 Leis / 3 Atos

- Norma Jurídica (Interpretação limitada) (Hierarquia)
  - Regra: Restrita / Fechada / Excludente (A ou B) / Escrita
  - Princípio: Amplo / Interpretação ~~não~~ Abrangente / Includente
    Não excludente / Um não exclui o outro / Pode

inove

ser expresso (escrito);
- Implícito (Não escrito);
- Não há hierarquia; (Entre princípios)

* Tratar pela importância; Prioridade do caso contrário;

= Mapa Mental da Aula ——————————

data 26 · 12 · 22

S T Q Q S S D

AULA 09 | Treino Aberto e Treino Fechado

- Resolução de questões é um complemento dos estudos;

-

EXERCÍCIOS / QUESTÕES

\# Finalidade
- Complementar teórico
- Fixar conteúdo
- Lembrar resposta
- Treinar memória
- Agilizar ação: Responder
- Condicionar

= Exercício como prêmio de comprovação dos estudos;

= 20/30 por semana e por assunto estudado.

TREINO ABERTO (Exercícios gabaritados)

Ler e confere os gabaritos; Durante a semana.

= Técnica treino Aberto (Duas etapas.)

1ª Seg / Sex - treino Aberto

2ª Sábado - treino fechado

→ Refazer os exercícios sem olhar o gabarito.

Aumenta 10X a capacidade de resolução

ESTUDO DIA → Disciplina 1/2 - Teoria + Exercícios (TA)

- Videoaulas
- Resumo
- MM
- Revisão Imediata

Tempo: 80% Teoria / 20% TA

TREINO ABERTO: Seg / Sex

- Exercícios - Gabaritados

  Leitura: Enunciado
  Alternativa
  Gabarito

- Entendimento → Resposta
- Anotações - sobre a questões

*) Arquivar questões

TREINO FECHADO - Sábado

- Reunir os exercícios da semana
- Refazer sem gabarito
- Conferir quantas lembrou

Task: Aplique em 50 exercícios.

inove

data 27 · 12 · 22

S T Q Q S S D

AULA 10 Power 3R - Os Aditivos da Memória

Driblar a curva do esquecimento

- Revisão = checklist;

(1º) - Revisão Imediata;

REVISÃO IMEDIATA	REVISÃO SEMANAL	REVISÃO GERAL
◦ Toda aula ◦ Revisar Mapa Mental	◦ Sabados ◦ Revisão dos Mapas Mentais Semana	◦ Domingos ◦ Revisar todos os Mapas Mentais do ciclo

- TASK: Assistir videoaula
  Fazer resumo
  Fazer MM
  Fazer revisão imediata

} (1h)

data 27·12·22

~~S~~ ~~T~~ Q Q S S D

AULA 11 Estratégia para a Prova - Simulado 7S

PROVA = MISSÃO

- Simular condições gerais da prova;
- Ferramenta de controle;
- Se expor a várias situações de prova;

⑦ Finalidades dos Simulados

1. Simular tempo e ambiente de prova
2. Ajuste Comportamental
   - Tranquilidade
   - Ler
3. Planejar a Prova
   - Ordem das provas
   - Qual melhor;
4. Ordem de resoluções das questões
5. Identificar Forças e Fraquezas
   - Forças
   - Fraquezas
6. Técnicas para resolução
7. Identificar a causa dos Erros

TASK: Fazer simulado → 1º Simulado

Data 01/12/22

Reproduzir as condições ambientais

Estabeleça metas

Resolva questões / Faça diagnósticos

- Quantos acertos?
- Quantos erros?
- Qual o motivo dos erros?

inove

data 27 · 12 · 22

S T Q Q S S D

AULA 12 Relatório do Piloto: Causa dos Erros
Controle dos Riscos (N I) Aulas Bônus

01. Pontos fracos na hora da prova.
- Cansaço
- Sobressaltos
- Desconforto
- Falta de atenção / Impulsividade

Saber porque estou errando.

- Usar da melhor forma o tempo disponível;
- Ordem das provas; (Primeiro as de mais leituras)
- Correção do erros: Correção do Simulado e Diagnóstico

Causa do Erro	Origem	Solução
FA: Falta de Atenção	Concentração	Técnica Foco total
FC: Falta de Conteúdo	Atípico/Variável	Nenhuma / Estudo
FF: Falta de Fixação	Esquecimento	Ciclo Completo de Estudo
FCE: Falta de Controle Emocional	Ansiedade	Inteligência Emocional

TASK: Defina seu plano de prova!
Após o 1º Simulado

AULA 13 Sinal Verde: Aplicação e Prática Piloto Júlio Raizer

editorainove

data 27 · 12 · 22

S T Q Q S S D

= Concurso Banco do Brasil

DIA 01 (Plus 30 Dias com você) 27/12/22

⇒ Minuto Concurseiro: Começa um novo ciclo

(O PODER DO HÁBITO NOS ESTUDOS)

Dia 01: Ciclo dos estudos – Videoaula → Resumo → M. Mental → Rev. Imedi

- (A) 1° / 10° Dia: Insuportável
- (B) 11° / 20° Dia: Suportável / Desconfortável
- (C) 21° / → Frente: Novo hábito / Pequenas dificuldades.

95% Desistem AQUI

5% Passam

DIA 02 (Plus 30 Dias com você) 28/12/22

⇒ Minuto Concurseiro

= MUITAS DESCOBERTAS

(Sempre manter a calma!)

→ Conhecimento Importante

(*) → Inteligência Emocional: Desenvolvimento e Controle das Emoções

(*) Principais

- Alegria
- Tristeza
- Medo
- Raiva

(As demais variam destas)

FAZER PARTE DOS 5% QUE CHEGAM NO FINAL

(Se mexe comigo é porque é importante para mim!)

DIA 03 (Plus 30 Dias com você)

⇒ Motivação Sempre

data 30 · 12 · 22

S T Q Q S S D

DIA 04 Plus 30 Dias com Você 30/12/22

COMPROMISSO TOTAL

- Compromisso:
  - Empenho
  - Esforço
  - Vontade

50% Do Resultado

Equilíbrio das Vontade

Vontade de Passar = Vontade de Estudar

- Horário Fixo - Estabelecido
  - Descanso;
  - Cumprir tarefas;
  - Compromisso com sua própria vida;

Compromisso comigo mesmo

SE O ESFORÇO É GRANDE, A RECOMPENSA É GRANDE!